



PRATIQUES FAMILIALES ESSENTIELLES  
**LES GESTES QUI SAUVENT NOS ENFANTS**

## **AIDE MÉMOIRE POUR LES ANIMATEURS RADIO**



## **SIGLES ET ABRÉVIATIONS**

AME	: Allaitement maternel exclusif
CHR	: Centre hospitalier régional
CPNR	: Consultation pré-natale recentrée
CPON	: Consultation post-natale
CSI	: Centre de santé intégré
DHP/EPS	: Direction de l'hygiène publique et de l'éducation pour la santé
EDSN	: Enquête démographique et de santé au Niger
HD	: Hôpital de district
IST	: Infection sexuellement transmissible
JLV	: Journées locales de vaccination
JNV	: Journées nationales de vaccination
MAPI	: Manifestation post immunisation
MICS	: Enquête à indicateurs multiples
MII	: Moustiquaire imprégnée d'insecticide
OMS	: Organisation mondiale de la santé
PAC	: Préparation à l'Accouchement et aux Complications
PEV	: Programme élargi de vaccination
PF	: Planification familiale
SR	: Santé de la reproduction
SRO	: Sel de réhydratation oral
UNICEF	: Fonds des Nations Unies pour l'enfance
VAT	: Vaccin anti-tétanique
VIH	: Virus de l'Immunodéficience Humaine



## PRÉAMBULE

La promotion des Pratiques Familiales Essentielles (« Les gestes qui sauvent nos enfants »), initiée au Niger en fin 2008, repose sur l'adoption par les communautés et les familles de pratiques qui ont démontré leur impact en matière d'amélioration de la survie de l'enfant.

Ces pratiques qui ont un fort impact sur la réduction de la mortalité des enfants et jouent un rôle essentiel dans l'amélioration de la santé maternelle ont été identifiées dans le cadre des efforts conjoints du Gouvernement du Niger et de l'UNICEF pour accélérer les progrès dans le domaine de la survie et du développement des enfants.

Ce sont des comportements que l'on peut promouvoir au niveau familial et / ou communautaire, et qui ne requièrent pas des services logistiques / infrastructures en matière de santé. Ce sont des gestes simples qui permettent de sauver la vie de nos enfants à travers la pratique de :

- l'allaitement maternel exclusif jusqu'à 6 mois ;
- l'utilisation de moustiquaires imprégnées par les femmes enceintes et les enfants de moins de 5 ans ;
- l'utilisation de la thérapie de réhydratation orale avec les sels de réhydratation orale (SRO) pour prendre en charge la diarrhée à domicile ;
- le lavage des mains avec du savon aux moments opportuns ;
- l'introduction d'une alimentation de complément et de qualité à partir du 6ème mois d'âge de l'enfant ;
- le recours aux services de santé en préventif et curatif;
- les actions sur les signes de danger des trois principales maladies : le paludisme, les infections respiratoires aiguës et la diarrhée.

Les radios, qui ont une large audience au Niger, ont un rôle très important dans la promotion des PFE. Cela se justifie par le fait qu'elles sont implantées partout au Niger, qu'elles utilisent toutes les langues, s'adaptent aux différents niveaux de culture et d'éducation, proposent des formats de programmes adaptés à des besoins et publics divers :

- microprogrammes ;
- émissions publiques ;
- interviews ;
- reportages ;
- débats.

De plus, l'équipement pour recevoir les émissions de radios est très accessible. Les radios contribuent à la communication pour un changement des comportements individuels et des normes sociales par leur force de mobilisation sociale, des communautés, de catalyseur des débats au niveau local, et de plaidoyer auprès des décideurs ; elles portent la voix des populations vers les niveaux de décision et soutiennent le dialogue national sur les politiques.

Pour toutes ces raisons, l'UNICEF entretient une importante collaboration avec les radios, en leur fournissant notamment de l'équipement, de la formation et de la documentation. Le présent document est produit à partir des modules de formation sur les PFE, qui ont été développés dans un processus participatif, intégrant les représentants de tous les secteurs concernés : santé, nutrition, hydraulique, développement communautaire, éducation, protection sociale, ainsi que des groupes cibles, testés avec les communautés et validés lors d'un atelier national tenu en mai 2010.

Le présent guide est destiné principalement aux producteurs et animateurs de radio désireux de travailler sur une ou plusieurs thématiques relatives aux PFE.



## ALLAITEMENT MATERNEL EXCLUSIF (AME)

### Définition :

L'*allaitement maternel* est une pratique qui consiste à nourrir le bébé au sein (lait maternel).

L'*allaitement maternel exclusif* est une pratique qui consiste à donner uniquement du lait maternel à un bébé dès sa naissance jusqu'à l'âge de six mois.

### Les Avantages de l'AME :

#### Avantages pour le bébé :

- contient les éléments nutritifs idéaux (eau, vitamines, etc.) ;
- facile à digérer ;
- bien assimilé ;
- protège contre les infections ;
- protège contre les diarrhées ;
- l'enfant se sent plus en sécurité émotionnellement ;
- les enfants réussissent mieux les tests d'intelligence ;
- disponible ;
- sain.

#### Avantages de l'AME pour la mère :

- relation intime, affective entre la mère et le bébé ;
- mère plus émotionnellement satisfaite ;
- l'enfant pleure moins ;
- moins coûteux que le lait artificiel ;
- réduit le risque d'une nouvelle grossesse ;
- réduit le risque d'hémorragie post-partum ;
- réduit le risque de cancer de l'utérus, du col et du sein.

#### Avantages pour le père :

- permet de réduire les dépenses en frais médicaux ;
- permet d'éviter l'achat de lait artificiel ;
- favorise la satisfaction morale.

#### Avantages pour la famille et la communauté :

- épargne l'achat des substituts au lait maternel ;
- réduit les dépenses de soins de santé ;
- préserve les ressources naturelles ;
- réduit la contamination ;
- ne s'achète pas ;
- permet à la famille d'économiser pour d'autres besoins ;
- favorise l'épanouissement de la famille ;
- moins de dépenses en combustible et eau ;
- moins de maladies, moins de médicaments à acheter ;
- le lait maternel est toujours prêt à être consommé ;
- il ne demande aucune préparation ;
- le lait maternel est entièrement réservé au bébé ;
- il ne peut être partagé.



## **BONNES PRATIQUES ET BONNES TECHNIQUES D'ALLAITEMENT MATERNEL**

### **Commencer à allaiter dans la demi-heure qui suit la naissance :**

Une mère devra mettre son bébé au sein immédiatement après la naissance avant même la sortie du placenta afin de stimuler la production de lait.

La mise au sein immédiate procure les avantages suivants :

- Réduit les risques de saignement après l'accouchement.
- Le premier lait jaune (colostrum) est un médicament naturel que la mère donne à son bébé. Ce lait est jaune à cause de la vitamine A.
- Le premier lait jaune (colostrum) contient des médicaments naturels contre les maladies, il contribue à protéger la santé du nourrisson.
- La tétée par le bébé provoque la montée du lait.
- La tétée renforce le lien mère-enfant.

### **Allaiter exclusivement pendant les six premiers mois :**

Au cours des 6 premiers mois, le bébé n'a besoin que du lait maternel.

- pas d'aliments "pré-allaitement" ;
- pas d'aliments solides ;
- pas d'aliments sémi-solides ;
- pas de liquides, pas d'eau sauf indication médicale ;
- seulement du lait maternel.

### **Pratiquer un allaitement fréquent sur demande y compris les tétées de la nuit :**

- le bébé devrait être allaité à chaque fois qu'il a faim ou qu'il en réclame, au moins 12 fois par jour, pendant le jour et la nuit. Ceci permettra à la mère de produire suffisamment de lait pour la bonne croissance du bébé.

### **L'état de maladie de la mère ou de l'enfant n'empêche pas l'allaitement :**

- le lait maternel protège le bébé contre les maladies ;
- une mère qui a un rhume, la grippe ou la diarrhée ne transmet pas les germes à son bébé par le biais du lait maternel ;
- lorsqu'un bébé est malade, la mère devrait l'allaiter plus fréquemment ;
- le lait maternel remplace l'eau et les nutriments perdus par des selles liquides et fréquentes. Toutefois, en cas de diarrhée aiguë, il est conseillé de présenter l'enfant à un spécialiste de la santé qui devra prescrire le traitement adéquat.

### **Continuer l'allaitement sur demande et introduire des aliments complémentaires dès l'âge de 6 mois :**

- vous pouvez préparer de la bouillie avec du mil et vous pouvez l'enrichir avec d'autres aliments que vous trouverez chez vous tels que la farine de haricot, la pâte d'arachide, le jaune d'œuf, la viande, le poisson, etc. ;
- la bouillie sera suffisamment consistante pour être donnée au bébé avec les doigts. Si la bouillie est trop liquide, elle va juste remplir l'estomac du bébé avec de l'eau. Le bébé va téter moins, ce qui va faire diminuer le lait de la mère ;
- à partir de 6 mois, tout enfant a besoin des aliments de complément tout en continuant l'allaitement maternel. Au début, il recevra la bouillie épaisse de mil 2 ou 3 fois par jour et qui sera enrichie par la suite avec d'autres aliments pour que le bébé puisse grandir comme il faut, être en bonne santé et gagner des forces ;



- il est conseillé de continuer à allaiter le bébé jusqu'à 24 mois ou plus ;
- mettez toujours de l'huile ou du beurre dans la bouillie ;
- à chaque fois que le bébé a soif ou faim, allaitez-le avant de lui offrir d'autres aliments ou de l'eau ;
- de 6 mois à 24 mois ou plus, continuez à allaiter votre bébé pour protéger sa santé.

## **BONNES TECHNIQUES**

### **Adopter de bonnes positions (positionnement correct) :**

- la mère devrait s'asseoir à son aise et ne devrait pas se pencher vers l'enfant ;
- la mère devrait mettre le ventre du nourrisson contre le sien. La mère devrait soutenir le corps entier du bébé et non pas la tête et les épaules seulement. L'une des mains du bébé devrait passer dans le dos de la mère ;
  - la mère ne devrait pas tenir le sein avec les doigts en ciseaux : elle risque de bloquer le lait et de retirer le mamelon de la bouche du nourrisson ;
- la bouche de l'enfant bien ouverte : mamelon et une large partie de l'aréole dans la bouche de l'enfant ;
- un sein devra toujours être vidé avant de donner l'autre sein au bébé, car le lait de fin de tétée est plus riche en nutriments.

### **Bonne prise de sein :**

- la mère chatouille les lèvres du nourrisson avec le mamelon pour lui faire ouvrir grandement la bouche ;
- la plus grande partie de l'aréole se trouve à l'intérieur de la bouche du nourrisson ;
- le menton du nourrisson touche le sein ;
- la lèvre inférieure est éversée vers l'extérieur.

### **Tétée efficace :**

#### *Signes d'une succion efficace :*

- la succion est lente et régulière, le nourrisson avale après deux succions ;
- le nourrisson tète lentement et profondément, il marque des pauses parfois ;
- la mère est à l'aise et ne ressent aucune douleur durant l'allaitement ;
- la mère entend le bébé avaler ;
- le sein est mou après la tétée.

## **LE COLOSTRUM**

Le lait épais et jaunâtre, appelé colostrum, que la mère sécrète les premiers jours qui suivent l'accouchement, est un aliment parfait pour le nouveau-né. Il est très nutritif et contribue à le protéger contre les infections. Parfois, on recommande aux mères de ne pas donner le colostrum à leurs bébés. C'est un mauvais conseil.

Le bébé n'a besoin d'aucun autre aliment ou d'aucune autre boisson en attendant que la lactation augmente.



Propriétés	Importance
Riches en Ac	Protège contre allergies & infections
Nombreux GB	Nombreux GB
Purgatif	Élimine le méconium (1eres selles) Aide à prévenir l'ictère
Facteurs de croissance	Aide la maturation des intestins Évite allergie, intolérance
Riche en Vit A	Réduit la gravité des infections

## LES RUMEURS ET ARGUMENTS POUR L'ÂME

### La mise au sein immédiate

Rumeurs / influences contre	Arguments pour
Le premier lait est allergène	Le premier lait protège contre toutes les maladies et empêche les allergies
Il faut ouvrir la gorge avec l'eau	Le lait maternel contient de l'eau propre pour ouvrir la gorge
Il faut attendre au moins une journée pour juger de la qualité du lait. Le test du couteau et le test de la fourmi	Tous les animaux donnent tout de suite le lait. Plus l'enfant est mis au sein tôt (dans la demi-heure), mieux il saura téter. Mettre l'enfant au sein dans les premières minutes après l'accouchement permet de prévenir les hémorragies
Le colostrum est un poison	Allah / Dieu a fait que la femme puisse allaiter son enfant donc le lait qu'elle produit ne peut pas être du poison.
Le marabout ou la grand-mère doit donner une décoction pour protéger contre les maladies et les mauvais esprits	Le premier lait protège contre toutes les maladies
Le lait maternel provoque la soif	Le lait maternel contient assez d'eau pour éteindre la soif du bébé



## L'allaitement exclusif

Rumeurs / influences contre	Arguments pour
L'enfant a soif ; Pas de vie possible sans eau	Le lait maternel contient suffisamment d'eau pour éteindre la soif de l'enfant
Il faut « l'aver » l'estomac de l'enfant pour qu'il puisse bien manger et grossir ( <i>utilisation du bauri en Haoussa ou giti en Djerma</i> )	Le lait maternel contient des anticorps et renforce le système immunitaire
	Le lait maternel contient toutes les vitamines et nutriments nécessaires pour la croissance de l'enfant et il est gratuit
	L'estomac de l'enfant est petit. En lui donnant un autre liquide il ne peut plus téter. L'enfant a donc besoin de téter souvent pour ne pas avoir faim et soif
À partir du 3ème mois, la femme pense que la production de lait diminue	La succion stimule la production du lait Plus l'enfant tète, plus la maman produira du lait
Au fur et à mesure que l'enfant grandit, la mère pense que le lait ne suffit plus pour bien nourrir son enfant	<b>Jusqu'à 6 mois, le lait est suffisant pour répondre à tous les besoins alimentaires de l'enfant</b>
Quand la mère perçoit que son lait diminue (souvent vers le troisième mois), elle mange plus, surtout des haricots et du mil, pour augmenter la production du lait. Si le lait n'augmente pas, certaines mères commencent à donner de la nourriture à l'enfant	





## ALIMENTATION DE COMPLÉMENT DE QUALITÉ

### Définition :

Après six mois, tous les bébés ont besoin d'une alimentation de complément pendant que l'allaitement se poursuit jusqu'à deux ans et au-delà.

*L'alimentation de complément est le fait de donner d'autres aliments en plus du lait maternel (ou de l'alimentation de remplacement). Ces autres aliments sont appelés aliments de complément. On ne parle pas de sevrage !*

### CARACTÉRISTIQUES MAJEURES D'UNE ALIMENTATION DE COMPLÉMENT DE QUALITÉ

#### Les aliments de complément doivent être :

- introduits au moment opportun ;
- de qualité : énergie et micronutriments ;
- donnés selon une fréquence appropriée ;
- entourés d'une bonne hygiène : lavage des mains / ustensiles, bonnes conditions de conservation.

#### Quand faut-il introduire des aliments de complément ?

Les aliments de complément doivent être introduits au temps opportun.

#### Justification :

Ajouter des aliments de complément trop tôt peut :

- remplacer le lait maternel ;
- provoquer une alimentation déséquilibrée ;
- accroître les risques de maladies :
  - facteurs de réduction de la protection ;
  - autres aliments pas aussi propres ;
  - aliments difficiles à digérer.
- accroître les risques d'une grossesse précoce.

Ajouter des aliments de complément trop tard peut :

- provoquer chez l'enfant un déficit en vitamines ;
- provoquer le ralentissement de la croissance et le développement de l'enfant ;
- engendrer des risques de déficit et de malnutrition.

#### Qualité d'une alimentation de complément :

Une alimentation de complément doit être nutritive :

- L'alimentation doit être variée (diversification alimentaire) :
  - aliments riches en protéines (œuf, lait, arachides, haricot, grains, pois) ;
  - aliments riches en énergie (céréales, beurre, noix de coco, huile alimentaire,) ;
  - aliments riches en micronutriments (carottes, feuilles vertes, mangues, patate douce).
- Les aliments doivent être assez épais pour rester dans la cuillère. Les aliments consistants donnent plus d'énergie à l'enfant.
- La qualité de l'alimentation ne doit pas être trop faible :
  - céréales diluées dans l'eau ;
  - densité énergétique faible ;
  - contenu en micronutriments faible.



### Fréquence de l'alimentation de complément :

- 2-3 repas / collations par 24h (6 - 9 mois) ;
- 3 repas + 2 collations par 24h (9 - 12 mois) ;
- mieux vaut donner moins de repas avec haute densité énergétique et stimuler ainsi la consommation de lait maternel, que de donner de fréquents repas avec basse densité énergétique (diminue fréquence et durée des tétées) ;
- les besoins augmentent avec l'âge.

## L'ALIMENTATION DE COMPLÉMENT DES ENFANTS DE 6 à 24 MOIS

### Besoins alimentaires des enfants de 6 à 24 mois :

Norme de l'OMS pour l'alimentation complémentaire:

- de 6 - 9 mois : 2 - 3 repas par 24 heures ;
- de 9 - 12 mois : 3 - 4 repas par 24 heures ;
- de 12 - 24 mois : 4 - 5 repas par jour.

Un enfant en pleine croissance a besoin de trois repas + 2 collations / goûters : donner une variété d'aliments (aliments riches en protéines, aliments riches en micronutriments)

- 6-24 mois : lait maternel complété par une alimentation complémentaire adéquate.  
Le lait maternel n'est plus suffisant pour couvrir les besoins journaliers. Une alimentation de complément est nécessaire pour assurer la bonne croissance et le développement harmonieux de l'enfant :
  - 2 - 3 repas par 24h (6 - 9 mois) ;
  - 3 - 4 repas par 24h (9 - 12 mois) ;
  - 4 - 5 repas par 24h (12 - 24 mois).

### Des recettes pour l'alimentation de complément des enfants de 6 à 24 mois :

**De 6 à 9 mois :** allaitement maternel + eau potable + bouillies enrichies / équilibrées.

#### Composition :

- eau potable (à défaut bouillir l'eau et laisser refroidir) ;
- bouillie enrichie épaisse :
  - farine de mil ;
  - farine de tourteau ou jaune d'œuf, ou lait, ou viande séchée ;
  - eau ;
  - sucre ;
  - sel.
- jus de fruit naturel (orange, ou mangue, ou banane, ou ananas, etc.).

**Préparation :** pour toute bouillie enrichie

	Ingrédients	Mesures
Bouillie enrichie	Farine de mil Farine de tourteau Eau Sucre Sel	1 vol 1/3 Vol 3 Vol 1/4 Vol 1 Pincée



### Remarques / Conseils :

- utiliser la louche pour déterminer les volumes ;
- préparer une nouvelle bouillie après 4 heures de temps ;
- on peut remplacer les tourteaux par l'arachide grillée réduite en farine (ou jaune d'œuf, ou lait, ou viande séchée) ;
- pour le mil, le niébé ou le soja : enlever le son, sécher, écraser / moulin et griller la farine.

### De 9 à 12 mois : en plus du lait maternel

- Initiation au plat familial (sans piment), tout en veillant à la diversification des repas :
  - pâte : mil, maïs, sorgho avec sauce enrichie de niébé, tomate, oignon, soubala, feuille de baobab, huile, sel ;
  - la boule enrichie au lait, sucre, huile d'arachide.

#### Remarques / conseils :

- veiller à donner entre les repas quotidiens, des collations (beignets, gâteaux, galettes, patate douce, biscuits, pains, etc.) ;
- veiller également à donner des fruits au moins 1 fois par jour (orange, mangue, ananas, banane, pastèque, melon, papaye, goyave, etc.) ;
- veiller à donner 1 à 2 fois par semaine une des purées ;
- veiller à l'hygiène dans tous les actes ;
- on peut aussi composer des recettes selon les propositions suivantes :

#### a) - Purée de légumes :

**1ère recette** : courge + oseille + oignon + tomate fraîche + huile d'arachide + viande crue pilée + un peu du sel de cuisine + 1/4 de litre d'eau, passer en cuisson.

**2ème recette** : 3 petites louches du mil écrasé tamisé + une cuillère à soupe de farine de feuilles de baobab + tomate fraîche ou séchée + aubergine + jaune d'œuf + 2 cuillères d'huile d'arachide, le tout à bouillir dans un demi litre d'eau.

#### b) - Purée de haricot : (loulayé)

Haricot (enlever le son et passer à la cuisson) + huile + tomate fraîche + sel + oignon et le tout réduit en purée.

#### c) - Feuilles de moringa (kopto) cuites + tourteau / pâte d'arachide + sel.

### De 12 à 24 mois : en plus du lait maternel

- Plat familial (sans piment), tout en veillant à la diversification des repas :
  - pâte : mil, maïs, sorgho avec sauce enrichie de niébé, tomate, oignon, soubala, feuille de baobab, huile, sel, viande ;
  - tubercules : manioc, patate douce, pomme de terre, ignames, etc. ;
  - la boule enrichie au lait, sucre, huile d'arachide.

#### Remarques / conseils :

- veiller à donner entre les repas quotidiens, des collations (beignets, gâteaux, galettes, patate douce, biscuits, pains, etc.) ;
- veiller également à donner des fruits en fonction des saisons au moins 1 fois par jour (orange, mangue, ananas, banane, pastèque, melon, papaye, goyave, etc.) ;
- veiller à donner 1 à 2 fois par semaine une purée ;
- veiller à l'hygiène dans tous les actes.



## LES MESSAGES CLÉS

Thèmes	Messages clés	Messages / info complémentaires
<i>Amélioration de la qualité de l'alimentation des enfants pour éviter la malnutrition</i>	Après six mois continuez à allaiter votre enfant à chaque fois qu'il a soif ou faim, au moins 8 fois par 24 heures, jour et nuit, jusqu'à l'âge de 2 ans et plus.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Donner le sein avant d'offrir de la nourriture.</li> <li>- Donner le sein avant de donner de l'eau.</li> </ul>
	Donnez une bouillie de mil épaisse à l'âge de six mois (suffisamment consistante pour ne pas couler de la cuillère).	- Les bouillies légères mènent l'enfant à la malnutrition, car elles n'apportent pas suffisamment de nutriments avant que l'estomac de l'enfant soit rempli.
	La bouillie non enrichie ne donne pas assez d'aliments pour éviter la malnutrition.	- Le fura n'a pas assez de nutriments pour assurer une bonne croissance de l'enfant. S'il n'y a pas d'autres repas de famille, préparez une bouillie épaisse enrichie ou donnez d'autres aliments solides au lieu de remplir l'estomac de fura. Le fura risque de remplacer le lait maternel et les aliments nutritifs.
<i>Poursuite de l'allaitement à partir de six mois chaque fois que l'enfant a soif ou faim, au moins 8 fois par 24 heures dont une fois la nuit, jusqu'à l'âge de 24 mois</i>	Après six mois continuez à allaiter votre enfant à chaque fois qu'il a soif ou faim ; au moins 8 fois par 24 heures,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le lait maternel reste toujours le meilleur aliment pour le jeune enfant. Il ne faut pas le remplacer avec quelque chose d'autre.</li> <li>- Donnez le sein avant d'offrir de la nourriture.</li> <li>- Donnez le sein avant de donner de l'eau.</li> </ul>
<i>Introduction de la bouillie épaisse de 6 mois jusqu'à 9 mois</i>	Donner une bouillie de mil épaisse à partir de six mois (suffisamment consistante pour ne pas couler de la cuillère).	- Les bouillies légères mènent l'enfant à la malnutrition, car elles n'apportent pas suffisamment de nutriments avant que l'estomac de l'enfant soit rempli.
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Augmentez la consistance au fur et à mesure que l'enfant grandit.</li> <li>- Donner du fura ou une bouillie légère peut remplir l'estomac de l'enfant.</li> </ul>
<i>Augmentation du nombre de repas et enrichissement à partir de 9 mois</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A partir de 9 et jusqu'à 12 mois, donnez à manger à l'enfant 3 à 4 fois par jour.</li> <li>- Enrichissez à chaque fois sa nourriture avec au moins un élément de chaque catégorie :               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. huile, beurre, ou pâte d'arachide ;</li> <li>2. légumes et fruits jaunes et verts tels que feuilles vertes fraîches, citrouille (kubewa), carottes, mangues, papaye, orange ; et les aliments d'origine animales (viande, poisson, œufs, produits laitiers).</li> </ol> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mettez de l'huile dans la bouillie à chaque fois que vous la préparez.</li> <li>- Assurer que votre enfant mange un peu d'haricots ou arachides tous les jours (ou du poisson, de la viande, des œufs).</li> <li>- L'enfant a besoin de la vitamine A des fruits et légumes pour maintenir la bonne santé.</li> </ul>



<p><i>Alimentation d'un enfant malade</i></p>	<p>- Quand l'enfant est atteint d'une maladie, augmentez la fréquence des tétées, et continuez à donner de la nourriture, en petites quantités et plus fréquemment</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Les besoins en fluides et en aliments de l'enfant sont plus élevés pendant la maladie. Allaiter plus fréquemment.</li><li>- Faites preuve de patience pour encourager votre enfant malade à manger car il aura probablement perdu l'appétit à cause de la maladie.</li><li>- Il est plus facile pour l'enfant malade de manger de petites portions à une plus grande fréquence. Veillez donc à donner les aliments préférés de l'enfant en petites quantités et à une grande fréquence tout au long de la journée.</li><li>- Il est important de continuer l'allaitement maternel et l'alimentation complémentaire pendant la maladie pour préserver les forces de l'enfant et atténuer la perte de poids.</li></ul>
	<p>- Après la maladie offrez beaucoup plus de nourriture à l'enfant pour qu'il puisse regagner son poids.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Après la maladie les enfants convalescents ont besoin d'aliments supplémentaires pour compenser les forces et le poids perdus au cours de la maladie. Ils doivent être allaités plus fréquemment que d'habitude.</li><li>- Prenez le temps d'encourager activement votre enfant à prendre le repas supplémentaire car il peut ne pas avoir encore retrouvé son appétit suite à la maladie.</li><li>- La vitamine A aide votre enfant à combattre les maladies et protège sa vie.</li></ul>



## LE LAVAGE DES MAINS AU SAVON ET À L'EAU

### Définition de l'hygiène :

L'hygiène est un ensemble de mesures et de précautions destinées à prévenir les maladies et à maintenir la santé publique. Elle se base sur le nettoyage, la désinfection et la conservation.

### LES DOMAINES D'APPLICATION DE L'HYGIÈNE

L'hygiène concerne les domaines clés de la vie des hommes. Exemples :

#### Le domaine de l'hygiène corporelle et vestimentaire:

- le lavage des mains à l'eau et au savon à des moments précis dans les actes quotidiens ;
- les habits, les couvertures, les draps, doivent être régulièrement lavés et repassés ;
- la propreté du corps et des habits nous protège contre les maladies de la peau qui peuvent être graves. Il faut donc se laver le corps au moins une fois par jour.

#### Le domaine de l'alimentation :

##### L'utilisation de l'eau

- utiliser toujours de l'eau propre. L'eau peut être souillée à la source, au cours du transport, de la conservation et de l'utilisation ;
- si elle provient d'une source qui n'est pas propre, même si elle est claire, elle peut contenir des microbes. Il faut donc la faire bouillir ou désinfecter avant toute utilisation.

##### La consommation des aliments

- ne consommer que les aliments propres ;
- bouillir le lait avant consommation ;
- bien cuire les aliments
- bien réchauffer les aliments ;
- laver bien les fruits et légumes qui se consomment crus ou les faire tremper dans de l'eau javellisée ou les laver au savon ;
- bien laver les ustensiles et surfaces où l'on prépare les repas ;
- bien conserver les aliments.

#### Le domaine de l'environnement (assainissement)

##### L'usage de latrines ou toilettes

- construire et utiliser des latrines ;
- la construction et l'utilisation des toilettes et latrines empêchent la propagation de microbes intestinaux responsables de graves maladies ;
- fermer avec un couvercle adapté après usage et veiller quotidiennement à leur propreté.

#### L'entretien de l'environnement et du cadre de vie

##### Gestion des ordures

- mettre les ordures dans un récipient fermé, les brûler ou les enterrer ;
- un gramme d'ordure contient plus de 20 milliards de microbes. Ces ordures, de même que le fumier attirent les mouches, les rats et les microbes et peuvent être à l'origine d'épidémie ;
- en ville, mettre les ordures dans des poubelles couvertes avant de les verser dans des dépotoirs autorisés ;
- à la campagne, aménager des fosses pour déposer les ordures et les brûler.



### **L'évacuation correcte des eaux usées :**

- Les eaux usées des puisards ou des fosses septiques doivent être évacuées dans de bonnes conditions d'hygiène afin d'éviter toute contamination, Il faut donc :
  - éviter de verser les eaux usées dans les rues ;
  - drainer les eaux vers les caniveaux.

### **LE LAVAGE DES MAINS AU SAVON**

#### **Importance du lavage des mains au savon :**

Le lavage des mains avec du savon est un moyen efficace pour prévenir beaucoup de maladies dont les maladies diarrhéiques et la pneumonie qui sont responsables de la majorité des mortalités infantiles. Le lavage des mains avec du savon permet de préserver la santé en évitant de se contaminer ou de contaminer quelqu'un d'autre.

L'usage du savon décompose les graisses et saletés qui apportent la plupart des microbes ; il facilite le frottement et la friction qui les délogent et donne aux mains une senteur agréable.

#### **Preuve de l'efficacité du lavage des mains :** (sources : UNICEF : Guide de la planification de la 2e Journée mondiale du lavage des mains, 2009)

- le lavage des mains bloque la transmission des agents de la maladie et réduit significativement la diarrhée et les infections respiratoires ;
- une étude récente réalisée au Pakistan indique que le lavage des mains au savon a réduit de plus de 50 % le nombre d'infections liées à la pneumonie chez les enfants de moins de 5 ans ;
- le lavage des mains au savon, en particulier après un contact avec des excréments (après défécation et après manipulation des selles d'enfant), peut réduire l'incidence diarrhéique de plus de 40% ;
- la réduction d'environ 25 % des infections respiratoires est possible grâce au lavage des mains ;
- les enfants de moins de 15 ans vivant dans un foyer avec une promotion du lavage des mains au savon ont un taux de diarrhée de moitié inférieur à celui des enfants du voisinage sans lavage des mains au savon (le groupe témoin).

#### **Les moments clés du lavage des mains au savon :**

- avant de faire la cuisine ;
- avant la manipulation des aliments ;
- avant de manger (avant les repas) ;
- avant de donner à manger aux enfants ;
- avant d'allaiter le bébé (avant de faire téter un enfant) ;
- en rentrant à la maison au retour du travail ou de l'école ;
- après le balayage / nettoyage (avoir fait le ménage) ;
- après avoir été aux toilettes ou aux latrines ou avoir nettoyé les selles des enfants ;
- après toute manipulation de volaille ou après contact avec les animaux domestiques ;
- après avoir utilisé des produits chimiques.



## Les maladies évitables par le lavage correct des mains au savon :

- les diarrhées ;
- les infections respiratoires aiguës (ex : pneumonie) ;
- les infections par les vers intestinaux ;
- les infections de la peau (dermatoses) ;
- les infections des yeux (conjonctivites) ;
- le trachome ;
- la polio ;
- le rhume ;
- la typhoïde ;
- le choléra ;
- l'hépatite ;
- la grippe aviaire ;
- etc.

## Lavage correct des mains au savon et à l'eau :

Le savon (n'importe quel savon) et l'eau éliminent de façon adéquate les microbes contenus dans la saleté qui se trouve sur les mains. Le lavage correct des mains requiert du savon et juste une petite quantité d'eau. La procédure du lavage correct des mains au savon est la suivante :

- mouiller les mains ;
- couvrir de savon les mains humides (savonner ensuite les mains) ;
- frotter pendant au moins 20 secondes aussi bien :
  - les paumes ;
  - les dos des mains ;
  - les entre - doigts ;
  - le dessous des ongles ;
  - les poignées.
- bien rincer à l'eau courante (c'est l'eau qui coule, et non celle stable) ;
- sécher soit avec du tissu propre soit en secouant à l'air libre.

**NB : à défaut de savon, la cendre peut aussi être utilisée dans des endroits où les populations n'ont pas de savon.**

## Les rumeurs et arguments pour le lavage des mains au savon :

Rumeurs	Arguments pour
Les excréments des enfants ne sont pas mauvais pour leurs mamans	<ul style="list-style-type: none"><li>- les excréments humains sont la principale source de microbes ;</li><li>- c'est parce que les excréments des enfants ne sont pas bons qu'ils sont rejetés par l'organisme.</li></ul>
Il n y a pas assez d'eau pour se laver, préparer et laver les mains	<ul style="list-style-type: none"><li>- il suffit d'un peu d'eau pour laver les mains ;</li><li>- s'il y a un peu d'eau pour les ablutions, cela suffit pour laver les mains.</li></ul>
Il n y a pas de bon savon pour laver les mains	<ul style="list-style-type: none"><li>- n'importe quel savon peut être utilisé pour laver les mains.</li></ul>
Il n y a pas d'argent pour acheter du savon pour laver les mains	<ul style="list-style-type: none"><li>- la cendre peut être utilisée.</li></ul>





## DIAGNOSTIC ET TRAITEMENT À DOMICILE DE LA DIARRHÉE (SRO)

### Définition :

La diarrhée est l'émission d'au moins trois selles liquides / molles par jour. La SRO est une solution qui permet de prévenir et de corriger la déshydratation.

### SIGNES DE RECONNAISSANCE

Toute personne qui émet des selles molles ou liquides au moins trois fois par jour peut être considérée comme ayant la diarrhée.

### Remarque :

- des selles normales mais fréquentes ne signifient pas qu'il y a diarrhée ; les enfants allaités au sein ont souvent des selles molles mais il ne s'agit pas non plus de diarrhée ;
- le nombre de selles normalement évacuées par jour dépend de l'alimentation et de l'âge de l'individu ;
- chez le jeune enfant, la mère est la mieux placée pour savoir s'il fait ou non la diarrhée.

### Facteurs favorisants :

#### *Insuffisance d'hygiène :*

- mauvaise hygiène corporelle et vestimentaire ;
- mauvaise hygiène des aliments (ex : manger des aliments mal cuits) ;
- mauvaise hygiène de l'environnement ;
- eau sale ;
- insuffisance d'hygiène alimentaire ou alimentation malsaine (ex : - manger des fruits et des légumes sans les laver ou mal lavés - ingestion / consommation d'aliments et boisson souillés / sales, etc.) ;
- manger sans laver les mains à l'eau et au savon ;
- manger des aliments sur lesquels les mouches et les saletés (ou la poussière) se sont déposées ;
- ne pas se laver les mains à l'eau et au savon après les selles ;
- manger des aliments avariés.

#### *Mauvaises pratiques alimentaires :*

- allaitement artificiel non hygiénique ;
- non respect de l'AME jusqu'à 6 mois ;
- sevrage brusque et mal adapté (mauvaise pratique de l'alimentation de complément).

#### *Maladies :*

- la dysenterie liée à l'alimentation ;
- l'intoxication alimentaire ;
- les maladies infectieuses, parasitaires et virales (ex : palu, choléra, rougeole, typhoïde, SIDA, etc.).

**Autres facteurs :** dentition chez certains enfants



## PRÉPARATION DE LA SRO

### Étapes de la préparation d'une solution de SRO :

- se laver les mains au savon et à l'eau ;
- verser tout le contenu d'un sachet dans un récipient propre ;
- mesurer un (l) litre d'eau propre ;
- verser l'eau dans le récipient ;
- mélanger bien pour dissoudre la poudre ;
- goûter la solution afin d'en connaître la saveur.

**N.B :** préparer chaque jour une nouvelle solution de SRO dans un récipient propre. Garder le récipient couvert. La solution peut être conservée et utilisée pendant une journée (24 heures). Jeter toute solution restante du jour précédent.

**Remarque :** les boissons gazeuses, très sucrées telles qu'infusions, limonades ou boissons fruitées du commerce sont à proscrire.

## LES MESURES PRÉVENTIVES

### Pour prévenir la diarrhée, il faut :

- donner uniquement le lait maternel aux bébés jusqu'à l'âge de 6 mois ;
- à partir de 6 mois, commencer à leur donner des aliments semi solides propres, nourrissants, bien réduits en purée tout en continuant l'allaitement au sein ;
- ne boire que ou ne donner à boire que de l'eau propre (il faut porter à ébullition et laisser refroidir avant d'utiliser l'eau tirée d'un puits, d'une source ou d'une rivière) ;
- toujours utiliser les latrines pour aller aux selles et jeter dans les latrines ou enterrer tout de suite les selles des enfants (les selles des enfants sont plus dangereuses que celles des adultes) ;
- se laver les mains à l'eau et au savon immédiatement après avoir été aux selles, après avoir nettoyé les enfants (après les selles), avant de toucher ou de préparer la nourriture (surtout des nouveaux-nés) et avant de manger ;
- protéger les aliments des mouches, des insectes, des rongeurs et des autres animaux ;
- éviter tout contact entre les aliments cuits et les aliments crus ;
- bien cuire les aliments et bien les réchauffer s'ils doivent être consommés longtemps après leur préparation ;
- veiller à la propreté des concessions, de la cuisine, des ustensiles de cuisine, des canaris et autres récipients de conservation de l'eau ;
- enterrer ou brûler les ordures ménagères pour empêcher la prolifération des microbes ;
- la rougeole et le VIH / SIDA sont souvent accompagnés de diarrhée grave. La vaccination contre la rougeole protège donc contre une des causes de la maladie. Mais il n'existe aucun vaccin contre la diarrhée elle-même.

### En résumé, pour la prévention de la diarrhée, les huit règles d'or à suivre sont :

1. Lavage des mains au savon et à l'eau .
2. Allaitement maternel exclusif au sein jusqu'à 6 mois.
3. Bonne pratique de l'alimentation de complément .
4. Utilisation correcte des latrines.
5. Utilisation d'eau propre (autant que possible).
6. Élimination hygiénique des selles des enfants.
7. Vaccination anti-rougeoleuse.
8. Protection contre la transmission du VIH.



## L'EAU PROPRE

### Les différents types d'eau :

En général, l'eau est qualifiée de propre / potable ou non potable en fonction de sa source d'approvisionnement. Ainsi par exemple l'eau de source et de robinet est considérée comme eau potable, tandis que l'eau de marigot et de puits (non aménagé / protégé) est considérée comme non potable.

Cependant, pour les besoins de la communication au sein des populations, on peut dire que de façon naturelle, on rencontre principalement trois types d'eau :

- l'eau propre ou eau potable ;
- l'eau apparemment propre ;
- l'eau sale ou eau trouble / souillée.

### Caractéristiques majeures des différents types d'eau :

- L'eau potable est propre, claire, sans odeur ni saveur et ne contient pas de microbes, ni de germes de vers parasites, ni de substances chimiques nuisibles. On peut la boire sans crainte de tomber malade.
- L'eau apparemment propre est claire, sans odeur et apparemment ne contient pas de saletés, mais elle présente des risques de contamination.
- L'eau sale ou eau trouble / souillée a une couleur et une odeur. Elle n'est pas claire / limpide et contient des germes de vers de parasites, des microbes. Elle n'est pas bonne à boire, au risque de tomber malade.

## LES MALADIES D'ORIGINE HYDRIQUE

Les maladies d'origine hydrique (maladies données directement ou indirectement par l'eau) sont très nombreuses. Selon l'OMS, on les estime à près de 80% des maladies courantes. Les fortes diarrhées peuvent entraîner une déshydratation parfois mortelle. 88% des décès dus à des cas de diarrhées sont attribuables à l'eau et à l'assainissement.

— Maladies transmises à l'homme en buvant de l'eau contenant des parasites ou des germes pathogènes :

#### a) - Parasitoses

- ascaridioses ;
- amibiases ;
- ver de guinée ;
- etc.

#### b) - Maladies infectieuses

- choléra ;
- poliomyélite ;
- fièvres typhoïdes et para typhoïde ;
- hépatite A ;
- etc.



— **Maladies transmises à l'homme par contact de l'eau soit en se baignant soit en marchant pieds nus dans la boue ou encore en travaillant dans les champs les pieds non protégés :**

- bilharziose vésicale ;
- ankylostomoses ;
- anguilluloses ;
- etc.

— **Maladies transmises par un vecteur qui a besoin de l'eau pour se multiplier :**

- le paludisme ;
- la fièvre jaune ;
- la trypanosomiase ;
- l'onchocercose ;
- etc.



## PALUDISME / UTILISATION DE LA MOUSTIQUAIRE IMPRÉGNÉE



### Définition :

Le paludisme est une maladie parasitaire due au plasmodium qui est un parasite inoculé à l'homme par les piqûres de la femelle infectée de certains moustiques appelés « anophèles ».

Le paludisme est une maladie parasitaire grave, qui peut être mortelle si des soins appropriés ne sont pas apportés.

De nos jours, c'est l'affection tropicale la plus répandue dans le monde. Dans le paludisme, on retrouve fréquemment :

- une fièvre ;
- une goutte épaisse positive (quand elle est réalisable).

### Signes de reconnaissance du paludisme :

Le paludisme simple est d'évolution bénigne, caractérisé par l'absence de signes de gravité. Il se manifeste par :

- de la fièvre - des frissons - des sueurs ;
- des maux de tête / céphalées ;
- des vomissements ;
- des courbatures ;
- de la fatigue intense ;
- des vertiges - insomnie ;
- de la diarrhée chez certains enfants ;
- un manque d'appétit ;
- des urines jaunes.

**NB :** au niveau communautaire, tout cas de fièvre avec une température supérieure ou égale à 38° C (ou corps chaud), antécédent de fièvre sans autres causes apparentes (éruption cutanée, toux, raideur de la nuque) est considéré comme un cas de paludisme et doit être pris en charge comme tel.

## LES CAUSES DU PALUDISME ET LES FACTEURS FAVORISANTS

### Causes du paludisme :

La seule cause du paludisme, c'est la piqûre de la femelle infectée de certains moustiques appelés « anophèles ».

### Facteurs favorisant la propagation du moustique :

- le manque d'hygiène du milieu (habitat et environnement) est un des facteurs très favorables au développement et à la propagation des moustiques ;
- en effet, les moustiques se reproduisent partout où il y a de l'eau stagnante :
  - mares, marécages ;
  - flaques d'eau, fosses, caniveaux non curés ;
  - vieilles boîtes de conserve, vieux pneus ou empreintes de sabots de bétail ;
  - humidité sur les longues herbes et dans la broussaille ;
  - etc.
- les moustiques peuvent également se reproduire le long des rives, des cours d'eau, dans les récipients à eau, dans les citernes et les rizières.



## LES MESURES PRÉVENTIVES DU PALUDISME

### Stratégies de lutte :

Trois stratégies sont généralement utilisées pour la prévention du paludisme :

- traitement Préventif Intermittent (TPI) à la sulfadoxine pyriméthamine (SP) chez la femme enceinte ;
- réduction du contact homme / vecteur ;
- IEC / CCC et participation communautaire à la lutte anti-paludique.

### Moyens de lutte :

#### \* les moyens physiques :

- l'utilisation des matériaux imprégnés ou non d'insecticides (moustiquaires et rideaux imprégnés, grillages aux ouvertures des habitations, etc.) ;
- la suppression des gîtes larvaires par l'assainissement de l'environnement (comblir les fosses et les crevasses pouvant retenir de l'eau, désherber aux abords des concessions, détruire ou enterrer les boîtes de conserves, recouvrir les jarres etc.).

#### NB : la moustiquaire imprégnée d'insecticide (NII)

Une fois imprégnées de l'insecticide recommandé, les moustiquaires tuent les moustiques au contact. Il faudrait donc utiliser des moustiquaires imprégnées d'insecticide à longue durée d'action. À défaut il faut régulièrement les tremper dans l'insecticide.

Dans ce cas, il convient de retraiter la moustiquaire après le troisième lavage, soit environ tous les six mois et de préférence au début de la saison des pluies. Son efficacité dépend donc de son utilisation.

Il est important de savoir qu'il ne suffit pas d'avoir une moustiquaire imprégnée, mais il faut dormir sous la moustiquaire. La moustiquaire ne tue les moustiques que si elle est imprégnée régulièrement.

#### \* Les moyens chimiques :

- les pulvérisations intra et extra domiciliaires et traitement des gîtes larvaires ;
- le traitement des eaux stagnantes par des insecticides ;
- les répulsifs (pommades et spray, serpentins / mosquito, etc.).

#### \* la lutte biologique :

- utilisation de bactéries larvicides ou de poissons larvivores.

### Mesures préventives :

#### Au niveau individuel :

- le meilleur moyen de prévenir les piqûres de moustiques est de dormir sous une moustiquaire traitée avec un insecticide recommandé.
- à défaut des moustiquaires imprégnées, placer des rideaux, des tissus ou des nattes imprégnés de l'insecticide recommandé devant les portes et les fenêtres
- utiliser les crèmes ou les savons anti-moustiques ou autres fumigènes
- porter des vêtements couvrant les bras et les jambes (chemises à manches longues, jupes ou pantalons longs) dès qu'il commence à faire nuit. Cette mesure est particulièrement importante pour les enfants et les femmes enceintes.



**NB : la femme enceinte doit prévenir le paludisme en prenant un antipaludique prescrit par un agent de santé pour se protéger et protéger son bébé.**



- ce qui est recommandé pour la prévention du paludisme chez la femme enceinte c'est : une dose de 3 comprimés de Sulfadoxine Pyriméthamine (SP) dosée à 500mg de sulfadoxine et 25 mg de Pyriméthamine en 2 prises :
  - la première prise : à la perception des premiers mouvements actifs foetaux (après la 16ème semaine d'aménorrhée, soit environ 4ème mois) ;
  - la deuxième prise : au cours du 3ème trimestre mais avant le 9ème mois en respectant un intervalle d'un mois minimum entre les 2 prises.

***Au niveau familial :***

- les bébés et autres jeunes enfants doivent dormir sous des moustiquaires imprégnées ;
- les femmes enceintes et les femmes allaitantes doivent également dormir sous des moustiquaires imprégnées ;
- à défaut des moustiquaires imprégnées, fixer des rideaux, des tissus ou des nattes imprégnés d'insecticide recommandé devant les portes et les fenêtres ;
- arracher les herbes autour des maisons ;
- évacuer et traiter les ordures ménagères ;
- couvrir les récipients contenant de l'eau ;
- tuer les moustiques qui sont dans la maison avant de dormir, en utilisant des bombes insecticides ou autres fumigènes (serpentin ou mosquito).

***Au niveau de la communauté :***

- tuer les moustiques et les larves de moustiques par tous les moyens (insecticides, mosquito, etc.) :
  - en comblant ou en drainant les endroits où l'eau stagne ;
  - en couvrant les flaques d'eau, les récipients et les citernes ;
  - en asséchant tour à tour les rizières après les récoltes et en y introduisant les poissons larvivores ;
  - en nettoyant la broussaille aux alentours des maisons ;
  - en faisant le compostage des déchets ménagers.



## UTILISATION DES SERVICES DE SANTÉ PRÉVENTIFS ET CURATIFS

### LE PROGRAMME ÉLARGI DE VACCINATION (PEV)

#### Objectif principal du PEV :

Contribuer à la réduction de la morbidité et de la mortalité maternelle et infantile liées aux maladies évitables par la vaccination.

#### Maladies cibles du PEV :

- Tuberculose ;
- Poliomyélite ;
- Diphtérie ;
- Tétanos ;
- Coqueluche ;
- Rougeole ;
- Fièvre jaune ;
- Hemophilus influenzae B ;
- Hépatite B.

#### La population cible du PEV (population concernée) :

PEV de routine :

- enfants 0 à 11 mois ;
- femmes enceintes.

#### Vaccinations supplémentaires :

a. *éradication de la poliomyélite :*

- JNV/JLV polio : enfants de 0 à 59 mois.

b. *contrôle de la rougeole : campagnes :*

- rattrapage : enfants de 9 mois à 14 ans ;
- suivi : enfants de 9 mois à 5 ans.

c. *élimination du tétanos maternel et néonatal :*

- femmes en âge de procréer (14 à 49 ans).

d. *Riposte contre la méningite (en cas d'épidémie)*

- toute la population sauf les femmes enceintes et les enfants de moins de 2 ans.

### CALENDRIER DE VACCINATION DE L'ENFANT

Contact	Age	Antigènes recommandés
1	Dès la naissance	BCG + Polio Zéro (P0)
2	Dès 6 semaines	Pentavalent 1 (DTC-HepB-Hib) + VPO1
3	Dès 10 semaines	Pentavalent 2 (DTC-HepB-Hib) + VPO2
4	Dès 14 semaines	Pentavalent 3 (DTC-HepB-Hib) + VPO3
5	Dès 9 mois	Rougeole + Fièvre jaune (VAR+VAA)





## CALENDRIER DE VACCINATION DE LA FEMME ENCEINTE

Contact	Âge	Antigènes recommandés
1	Au 1er contact le plus tôt possible lors de la grossesse	VAT1
2	4 semaines après VAT1	VAT2
3	6 mois après VAT2 ou lors d'une grossesse ultérieure	VAT3
4	1 an après VAT3 ou lors d'une grossesse ultérieure	VAT4
5	1 an après VAT4 ou lors d'une grossesse ultérieure	VAT5

### LES EFFETS SECONDAIRES DES VACCINS ET LA CONDUITE À TENIR :

#### Effets secondaires :

- fièvre ;
- douleur au point d'injection ;
- démangeaison au point d'injection ;
- rougeur, enflure au point d'injection ;
- choc anaphylactique.

#### Conduite à tenir :

En cas de Manifestation Post Immunisation (MAPI) mineure :

- donner de l'antalgique (paracétamol, aspirine) ;
- compresse froide au point d'injection.

#### En cas de MAPI grave :

- investiguer (fiche d'investigation) ;
- référer au niveau supérieur.

### LA CONSULTATION PRÉ-NATALE RECENTRÉE (CPNR)

#### Définition de la CPNR :

La consultation prénatale recentrée est la prise en charge globale de la femme enceinte et de l'enfant qu'elle porte, par un personnel qualifié et dans une formation sanitaire.

#### Contenu et avantages de la CPNR :

*A la CPNR, le prestataire de santé :*

- surveille l'évolution de la grossesse ;
- recherche et traite les maladies qui ont une influence sur la gestante, la grossesse et l'accouchement (syphilis, l'éclampsie) ;
- dépiste les grossesses à risques en vue de les prendre en charge et ou de les orienter vers un centre de référence ;
- prévient :
  - le tétanos par la vaccination antitétanique ;
  - le paludisme par le traitement préventif intermittent et l'utilisation des moustiquaires imprégnées d'insecticides ;
  - le VIH par le dépistage et la prévention de la transmission de la mère à l'enfant ;
  - les carences par les apports en fer ainsi que le déparasitage à l'albendazole.



- prépare la communauté, la famille, le mari et la femme à un plan d'accouchement pour faire face à d'éventuelles complications ;
- éduque la femme, la famille et la communauté sur les signes de danger et aussi sur la reconnaissance du travail réel ;
- donne des conseils sur tout ce qui concerne la grossesse, l'accouchement et le post-partum pour la mère et l'enfant ;
- donne des conseils sur la SR / PF (alimentation de la femme enceinte, AME, vaccination, hygiène etc.).

**Risques que court une femme enceinte qui ne fait pas la CPNR :**

- paludisme ;
- avortement ;
- éclampsie ;
- tétanos ;
- anémie ;
- transmission des IST / VIH au bébé ;
- développement des cancers de sein ;
- etc.

**Normes en matière de CPNR :**

Un optimum de 4 consultations est recommandé pour la surveillance d'une grossesse normale :

- la première : le plus précocement possible, avant la fin du 3ème mois ;
- la deuxième au 6ème mois ;
- la troisième au début du 8ème mois ;
- la quatrième au 9ème mois.

**NB : une femme enceinte doit pouvoir bénéficier d'une consultation prénatale à tout moment de sa grossesse. Il est entendu qu'en cas de grossesse à risque, les consultations seront plus fréquentes pour une meilleure prise en charge et en temps opportun.**

## **LA PRÉPARATION À L'ACCOCHEMENT**

### **Définition :**

C'est l'ensemble des dispositions à prendre par la femme enceinte, la famille et la communauté pour attendre la venue du bébé.

### **Les éléments d'un plan d'accouchement :**

Les questions essentielles sont les suivantes :

- Où se déroulera l'accouchement (dans quelle formation sanitaire) ?
- Quel prestataire compétent assistera l'accouchement ?
- Comment contacter le prestataire ?
- Comment se rendre au lieu de l'accouchement (moyen de transport) ?
- Qui va accompagner la femme ?
- Qui va s'occuper de la famille / les enfants pendant que les parents sont à la maternité ?
- Combien d'argent faudra t-il et comment réunir la somme requise ?

Les réponses à ces questions constituent les éléments de base du plan de préparation à l'accouchement. Les éléments complémentaires peuvent être les suivants :



### **Préparer les articles nécessaires :**

- kit d'accouchement, serviettes, savons, draps, garniture propre, etc.

### **Plan de financement au niveau de la famille :**

- avoir une caisse familiale, ou adhérer à la caisse de solidarité, ou encore adhérer à la mutuelle de santé.

### **Reconnaissance des facteurs de risque et des signes de danger :**

- s'informer auprès de l'agent de santé (à la CPNR).

### **Plan de prise de décision en l'absence du décideur principal :**

- qui décide habituellement ?
- que faire en cas d'absence de cette personne?

### **Prendre les dispositions pour un système de transport d'urgence :**

- toute famille doit avoir un plan ;
- il le faut au début de chaque grossesse ;
- où se rendre ?
- avec quel moyen et quel conducteur ?

### **Donneur de sang :**

- prévoir 2 - 3 personnes devant donner leur sang en cas de besoin.

### **Les signes de danger de la grossesse :**

Dès l'apparition de l'un de ces signes, la femme enceinte doit être amenée d'urgence à la formation sanitaire :

- la fièvre, (elle peut tuer le fœtus ou provoquer des contractions et entraîner l'accouchement avant terme) ;
- les vertiges ;
- les convulsions ;
- les saignements ou perte de sang ;
- les violents maux de tête ;
- la vision floue / trouble ;
- le gonflement des membres supérieurs, inférieurs ou de la face (oedèmes) ;
- les vomissements importants ;
- les douleurs abdominales intenses ;
- la perte des eaux ;
- les pertes brèves de connaissance ;
- l'arrêt des mouvements fœtaux (signes que peut-être l'enfant est déjà mort dans le ventre) ;
- montée laiteuse ;
- non augmentation ou régression de la hauteur utérine ;
- traumatisme (conjugal ou accidentel, chute, etc.).

### **L'ACCOUCHEMENT ASSISTÉ :**

#### **Définition de l'Accouchement assisté :**

L'accouchement assisté c'est l'accouchement dans une structure de santé, assisté par un personnel qualifié (agent de santé de base, infirmier, sage-femme, médecin).



## **Avantages de l'accouchement assisté :**

Il permet :

- la prévention et prise en charge des complications obstétricales ;
- la promotion de l'allaitement maternel ;
- la prévention de la contamination aux IST / VIH ;
- la prévention du tétanos maternel et néo-natal ;
- d'assurer les premiers soins au nouveau né et à la mère ;
- l'opportunité pour promouvoir la planification familiale ;
- la délivrance des pièces d'état civil ;
- etc.

### ***Risques que court une femme en accouchant sans assistance :***

- souffrance foetale ;
- fistule obstétricale ;
- mort né ;
- éclampsie ;
- infections foeto-maternelles (tétanos, infection puerpérale, etc.) ;
- hémorragies ;
- transmission des IST / VIH ;
- décès maternel ;
- etc.

## **LA CONSULTATION POST-NATALE (CPON)**

### **Définition de la CPON :**

La consultation post-natale (CPON) est la consultation qui se passe après l'accouchement (à partir du 8ème jour jusqu'au 42ème jour qui suivent l'accouchement). De façon générale, la CPON permet :

- de vérifier l'état physiologique de la maman, l'allaitement maternel exclusif, la vaccination du nouveau né et la contraception ;
- de surveiller la TA, l'anémie, etc. ;
- de poursuivre les traitements prescrits (TPI, fer- folâtres, MII, etc.).

### **Avantages de la CPON :**

A la CPON, la femme et / ou le nouveau né, bénéficient des prestations des services suivants :

- surveillance de l'accouchée et du nouveau-né ;
- dépistage et traitement des complications ;
- conseils sur le planning familial ;
- promotion de l'allaitement maternel exclusif ;
- dépistage et traitement des problèmes liés à l'allaitement maternel (insuffisance de lait, engorgement, abcès de sein) ;
- conseils liés à la vie sexuelle après l'accouchement ;
- prévention et traitement des IST ;
- vérification du statut vaccinal du couple mère-enfant et complément si nécessaire ;
- suivi du développement du nouveau-né ;
- poursuite des soins entamés pendant la grossesse ;
- prévention de l'anémie ;
- prévention du paludisme (promotion de l'utilisation de la moustiquaire imprégnée pour le couple mère-enfant) ;
- conseil en hygiène et nutrition.



## Risques qu'une femme nouvellement accouchée court si elle ne fait pas ses consultations postnatales :

- De façon générale, une femme nouvellement accouchée qui ne fait pas ses consultations postnatales risque de ne pas bénéficier de tous les avantages de la CPON cités plus haut. Ainsi par exemple elle risque d'être confrontée aux problèmes suivants :
  - Manque de premiers soins pour la mère et l'enfant ;
  - non respect du calendrier vaccinal ;
  - problème d'allaitement maternel ;
  - décès maternel post-partum ;
  - etc.

## Normes en matière de CPON :

Les normes selon l'OMS obéissent à la règle des trois 6 :

- 6 heures (dont 2 heures dans la salle d'accouchement) ;
- (6 jours selon l'OMS) 8 jours dans le contexte du Niger du fait de la religion musulmane qui fixe le baptême de l'enfant au 7ème jour) ;
- 6 semaines.

## LE DÉPARASITAGE

### Définition :

Le déparasitage consiste à administrer du mebendazole / albendazole aux enfants de 12 à 59 mois, au moins deux (2) fois par an.

### Avantages :

Le déparasitage permet d'éliminer les vers intestinaux chez les enfants. Le déparasitage est très important pour les enfants, parce que les vers intestinaux :

- provoquent l'anémie ;
- freinent le développement de l'enfant ;
- réduisent les capacités d'apprentissage.

### Comment se fait le déparasitage (doses recommandées) :

Age de l'enfant	Dosage		Nombre de comprimés
	Mebendazole	Albendazole	
12 à 23 mois	500 mg	200mg	1 comprimé
24 à 59 mois	Tablette de 500mg	Tablette de 400mg	1 comprimé

**NB : le mebendazole est contre indiqué chez la femme enceinte**

- effets secondaires :
  - Vertige ;
  - maux de tête ;
  - colique ;
  - éruption cutanée / démangeaison.
- conduite à tenir en cas d'effets secondaires :
  - Référer au niveau d'un centre de santé en cas d'apparition de l'un de ces effets secondaires.



## LA SUPPLEMENTATION EN VITAMINE « A »

### Définition :

La supplémentation en vitamine « A » consiste à administrer une certaine quantité de vitamine « A » aux enfants dès qu'ils atteignent l'âge de six (6) mois et à renouveler une fois tous les six (6) mois et ce jusqu'à cinq (5) ans.

### Avantages :

La vitamine « A » :

- renforce la protection contre les infections ;
- stimule la croissance ;
- prévient la cécité crépusculaire ;
- assure une prévention de la malnutrition.

**NB :** pour les enfants de 0 à 6 mois, les besoins en vitamine « A » sont couverts par le lait maternel, lorsque l'allaitement maternel exclusif est pratiqué. C'est pourquoi il est préconisé d'administrer dans les 8 semaines qui suivent l'accouchement une dose unique de 200.000 UI aux femmes en post-partum

### Comment la Vitamine « A » est administrée :

Dosage de la capsule	Âge de l'enfant	Quantité à administrer
Quand on a les capsules (200.000 U.I)	À l'enfant de 6 à 11 mois	Donner seulement 4 gouttes d'une (1) capsule et jeter le reste
	À l'enfant de 12 à 59 mois	Donner une (1) capsule entière
Quand on a que les capsules (100.000 U.I)	À l'enfant de 6 à 11 mois	Donner une (1) capsule entière
	À l'enfant de 12 à 59 mois	Donner deux (2) capsules entières

### Aliments locaux riches en Vitamine « A » :

*D'origine animale :*

- foie ;
- petits poissons ;
- lait ;
- œuf ;
- abats (boyaux, intestins, estomac, poumons, etc.).

*D'origine végétale :*

- patate douce à chair orange ;
- courges et courgettes ;
- feuilles vert foncé ;
- carottes ;
- tomate ;
- fruits (mangues, papaye, melon, pastèque, etc.).

*Avantages :*

- disponibles localement ;
- pas très coûteux ;
- font partie des habitudes alimentaires locales ;
- favorisent la bonne croissance.



## **SIGNES DE DANGER DES TROIS PRINCIPALES MALADIES : DIARRHÉE, PNEUMONIE ET PALUDISME**



### **SIGNES DE DANGER DE LA DIARRHÉE CHEZ L'ENFANT**

#### **Définition :**

La diarrhée est l'émission d'au moins trois selles liquides par jour.

#### **Signes de reconnaissance :**

- tout enfant de moins de 5 ans qui émet des selles liquides au moins trois fois par jour peut être considéré comme ayant la diarrhée ;
- des selles normales mais fréquentes ne signifient pas qu'il y a diarrhée ;
- les enfants allaités au sein ont souvent des selles molles mais il ne s'agit pas non plus de la diarrhée ;
- le nombre de selles normalement évacuées par jour dépend de l'alimentation et de l'âge de l'enfant ;
- chez le jeune enfant, la mère est la mieux placée pour savoir s'il fait ou non la diarrhée.

#### **Signes de gravité de la diarrhée :**

- nombreuses selles liquides ;
- vomissements répétés ;
- soif prononcée (boit avidement) ;
- manque d'appétit, absence de soif ;
- fièvre ;
- sang dans les selles ;
- yeux enfoncés.

**NB : amener l'enfant à l'agent de santé s'il ne va pas mieux ou s'il a un des symptômes ci-dessus.**

#### **Signes généraux de danger :**

- incapable de boire ou de prendre le sein ;
- vomit tout ce qu'il consomme ;
- convulse actuellement ;
- léthargique (très fatigué) ou inconscient.

#### **Dispositions immédiates à prendre :**

Tout enfant présentant un signe de gravité ou un signe général de danger doit être transféré d'urgence dans une formation sanitaire.

### **SIGNES DE DANGER DE LA PNEUMONIE CHEZ L'ENFANT**

#### **Signes de reconnaissance :**

L'évaluation de l'enfant qui tousse ou a des difficultés respiratoires se fait en fonction de :

- la durée de la toux ou des difficultés respiratoires ;
- la respiration rapide ;
- la fièvre.

#### **Signes de gravité :**

*Pneumonie grave ou maladie très grave*

- tirage sous costal ;
- stridor chez un enfant calme ;
- respiration sifflante.



### **Signes généraux de danger :**

- incapable de boire ou de prendre le sein ;
- vomit tout ce qu'il consomme ;
- convulse actuellement ;
- léthargique ou inconscient.

### **Dispositions immédiates à prendre :**

Tout enfant présentant un signe de gravité ou un signe général de danger doit être transféré d'urgence dans une formation sanitaire.

## **SIGNES DE DANGER DU PALUDISME CHEZ L'ENFANT**

### **Définition :**

Le paludisme est une maladie parasitaire due au plasmodium falciparum inoculé à l'homme par les piqûres de certains moustiques appelés « anophèles femelles ».

### **Signes de reconnaissance du paludisme :**

Le paludisme simple est d'évolution bénigne, caractérisée par l'absence de signes de gravité. Il se manifeste par :

- de la fièvre - des frissons - des sueurs ;
- des maux de tête / céphalées ;
- des vomissements ;
- des courbatures ;
- de la fatigue intense ;
- des vertiges - insomnie ;
- de la diarrhée chez l'enfant ;
- un manque d'appétit ;
- des urines jaune foncé.

### **Signes de gravité :**

Les signes devant lesquels un enfant malade du paludisme doit être transféré dans une formation sanitaire sont :

- malade avec corps très chaud (plus de 38°) ;
- vomissements compromettant la prise orale des médicaments ;
- ictère ;
- pâleur palmaire sévère ;
- convulsions ;
- délire ou perte de connaissance (coma) ;
- persistance d'une fièvre deux jours après administration du traitement ;
- urine foncée (couleur marron) ;
- hémorragies spontanées.

### **Signes généraux de danger :**

- incapable de boire ou de prendre le sein ;
- vomit tout ce qu'il consomme ;
- convulse actuellement ;
- léthargique ou inconscient.





### **Dispositions immédiates à prendre :**

Tout enfant présentant un signe de gravité ou un signe général de danger doit être transféré d'urgence dans une formation sanitaire.

## **LE PALUDISME CHEZ LA FEMME ENCEINTE**

### **Signes du paludisme chez la femme enceinte :**

- de la fièvre - des frissons - des sueurs ;
- des maux de tête / céphalées ;
- des courbatures ;
- de la fatigue intense ;
- des vertiges - insomnie ;
- un manque d'appétit ;
- des urines jaune foncé ;
- des vomissements ;

**NB : la femme enceinte doit prévenir le paludisme en prenant un antipaludique prescrit par un agent de santé pour se protéger et protéger son bébé.**

- ce qui est recommandé pour la prévention du paludisme chez la femme enceinte c'est une dose de 3 comprimés de Sulfadoxine pyriméthamine (SP) :
  - La première prise se fera à la perception des premiers mouvements actifs fœtaux (après la 16ème semaine d'aménorrhée, environ 4ème mois) ;
  - la deuxième prise se fera au cours du 3ème trimestre avant le 9ème mois, en respectant un intervalle d'un mois minimum entre les deux prises.

### **Dispositions immédiates à prendre :**

Toute femme enceinte présentant un signe de paludisme doit être transférée d'urgence dans une formation sanitaire.

### **Conséquences du paludisme chez la femme enceinte :**

Le paludisme du fait de l'hémolyse, entraîne une anémie qui accentue l'anémie gravidique. Et les anémies sévères chez la femme enceinte sont des facteurs de mortalité maternelle et foetale, essentiellement chez la primipare (qui accouche pour la première fois).

### **Ainsi le paludisme est à l'origine :**

- d'avortements ;
- d'anémies sévères ;
- de rétention d'œufs ;
- de la mort fœtale in-utero ;
- d'accouchements prématurés ;
- de faible poids à la naissance.



## RUMEURS ET MESSAGES CLÉS SUR LES SIGNES DE DANGER

### Rumeurs et messages sur les signes de la diarrhée

Rumeurs	Messages
Le colostrum est un mauvais lait qui donne la diarrhée	Le lait maternel est le meilleur lait, gratuit, hygiénique, disponible, protège l'enfant contre les maladies
Le lait de la femme enceinte qui allaite donne la diarrhée	
Le mauvais lait de la mère (Kagri, Kaikay)	

### Rumeurs et messages sur le paludisme

Rumeurs	Messages
L'accès pernicieux est un sort. C'est dû à la sorcellerie	L'accès pernicieux n'est ni un sort ni une sorcellerie. Il est plutôt causé par la piqûre du moustique
La consommation des premières récoltes donne le paludisme	Le paludisme est une maladie causée par la piqûre d'un moustique et non lié à la consommation d'un quelconque aliment
La consommation du lait produit par les animaux ayant brouté les premières herbes vertes donne le paludisme	
La consommation du takanda ou tige de sorgho donne le paludisme	
Le paludisme est une maladie saisonnière	Le paludisme peut s'attraper à n'importe quelle période de l'année



## OBSERVATION DES SIGNES DE DANGER DANS UNE FORMATION SANITAIRE



### Grille d'observation des signes de danger des 3 maladies

Catégorie	Maladie	Signes	Manifestations observées
Signes de danger	Paludisme	malade avec corps très chaud (plus de 38°)	
		vomissements compromettant la prise orale des médicaments	
		ictère	
		pâleur palmaire sévère	
		convulsions	
		délire ou perte de connaissance (coma)	
		persistance d'une fièvre deux jours après administration du traitement	
		urine foncée (couleur marron)	
		hémorragies spontanées	
	Diarrhée	nombreuses selles liquides	
		vomissements répétés	
		soif prononcée (boit avidement)	
		manque d'appétit, absence de soif	
		fièvre	
		sang dans les selles	
		yeux enfoncés	
	Pneumonie	respiration sifflante	
		tirage sous costal	
stridor chez un enfant calme			
Signes généraux de danger	Paludisme Diarrhée Pneumonie	incapable de boire ou de prendre le sein	
		vomit tout ce qu'il consomme	
		convulse actuellement	
		léthargique ou inconscient	

